

Jadłospis z dnia: 2024-05-09

Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- PASTA TUŃCZYKIEM I SERKIEM ŚMIETANKOWYM 70G /alergeny: ryby; mleko/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- MIÓD 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G /alergeny: gluten; mleko/



Obiad

- KALAFIOROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SZYNKA DUSZONA W SOSIE WŁASNYM 130 G (D) /alergeny: gluten/
- SAŁATKA Z BURAKA 150 G
- KASZA BULGUR 200 G (G) /alergeny: gluten/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML
- JABŁKO 200 G



Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2330 kcal

BIAŁKO 119,66 g; WĘGLOWODANY 267,83 g; Cukry proste 78,05 g; TŁUSZCZE 90,47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 44,14 g; BŁONNIK 22,98 g; Sól 4,57 g